



詳細は **子育てナビ** をご利用ください

保健ガイドや子育てに関する情報を掲載しているサイトです。子育てナビ内に、子どもの健診記録や予防接種記録を登録できるアプリを公開しています。



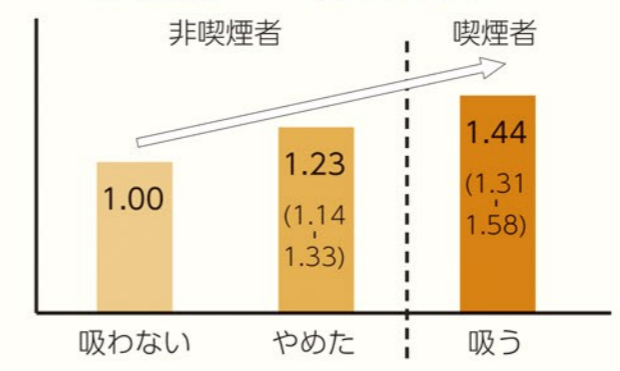
健康とみおか21通信 No.82

たばこについて考えてみよう

⑥たばこと糖尿病

たばこを吸うことで、体の中ではブドウ糖をコントロールする役目のインスリンが十分に働かなくなり、糖尿病の発症リスクを高めます。また、糖尿病の人がたばこを吸い続けると、糖尿病の重大な合併症である脳梗塞や心筋梗塞・糖尿病性腎症・糖尿病網膜症などの進行を早めることがわかっています。

喫煙状況別にみた糖尿病の発症リスク



参考：厚生労働省 生活習慣病予防の健康情報サイト e-ヘルスネット

問い合わせ
保健センター (☎64-1901)

たばこを吸う人は、吸わない人と比較して糖尿病(2型*)に1.4倍かかりやすいことが報告されています。また、吸う本数が多いほど糖尿病になりやすく、禁煙した人はリスクの低下がみられています。例えば、禁煙をして体重が少し増えたことによる体への悪影響は喫煙による害よりも小さいといわれています。

たばこをやめたくてもやめられない場合は、禁煙補助薬などの利用が効果的です。禁煙外来を受診し、専門医に相談することをおすすめします。

*1 遺伝的要素や、過食・肥満・運動不足などの「生活習慣」が原因で起こる糖尿病です。

未婚のひとり親家庭へ 寡婦(夫)控除のみなし適用

平成30年8月分以降の各手当について、手当額の判定に係る所得額の算定において、所得税法および地方税法上の寡婦(夫)控除が受けられない婚姻歴のない(未婚の)ひとり親家庭を対象に、寡婦(夫)控除があったのみならず適用します。

対象手当 ▼(特別)児童扶養手当 ▼特別障害者手当 ▼障害児福祉手当 ▼経過的福祉手当

対象者 次の要件を全て満たす人
▼婚姻をしたことがなく、申請時婚姻(事実婚を含む)していない母(父)

▼所得を計算する対象となる12月31日および申請日において、生計を一にする子どもを有する母(父)、または扶養親族を有する母
※特別寡婦および寡夫の適用は、合計所得金額500万円以下の人
※児童扶養手当は、養育者および扶養義務者

◎みなし適用にあたって

▼みなし適用を行う場合は、申請が必要です。
▼所得税、市民税の税額を見直すものではありません。

▼みなし適用を行っても、算定される受給額が変わらない場合があります。

問い合わせ
こども課
(☎内線1165)

交通遺児、労働災害遺児等奨学助成金制度

交通事故や労働災害事故などで遺児となった児童の養育者に対して、申請に基づいて支給する助成金です。支給対象や内容など、詳しくはこども課(☎内線1164)へ。

日時 9月27日(木)、午前9時45分～11時15分
会場 富岡公民館2階ほか
対象者 市内在住で平成30年1月～4月生まれの赤ちゃんを持つ保護者
内容 調理実習とミニ講話
費用 無料
定員 15人(先着順)
持参する物 筆記用具、エプロン、三角巾、布巾、手ふき
その他 託児あります。

らくらく離乳食教室

申し込み・問い合わせ
9月20日(木)までに保健センター(☎64-1901)へ。
子育て教室
3回コースで「子育て教室」を開催します。知っておくと育児に役立つ、子育て情報をお伝えします。
日時 10月25日・11月1日・15日、午前10時～正午(いずれも木曜日。1日は午後1時30分～3時30分)
※受け付けは開始30分前から
会場 保健センター
対象者 市内在住の乳幼児とその保護者
内容 ▼乳幼児の心肺蘇生法 ▼親子で遊ぼう・子育てミニ情報 ▼子どものかかりやすい病気とその対応 ▼親子体操
費用 無料
定員 25組(先着順)
その他 託児あり
申し込み・問い合わせ
9月3日(月)～10月18日(木)、保健センター(☎64-1901)へ。
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

0歳ペア・スクール(第6期)

赤ちゃんの心の発達過程や関わり方を学ぶスクールです。
日時 10月16日・23日・30日・11月6日・13日(いずれも火曜日)、午前10時～11時30分
会場 親子のスマイルサロン
対象者 市内在住で平成29年12月～平成30年6月生まれの乳児とお母さん
内容 ▼お母さんと遊ぼう、ベビーマッサージ ▼手づくりおもちゃ ▼おいしいね、赤ちゃんの栄養 ▼五感を学ぼう ▼ジェスチャーゲーム
費用 無料
定員 15人(先着順)
持参する物 赤ちゃんの飲み物、おしぼり
※実施回によって、バスタオルやフェイスタオルが別途必要です。
その他 託児あり
申し込み・問い合わせ
9月5日(水)、午前8時30分から電話で親子のスマイルサロン(あい愛プラザ2階、☎89-3063)へ。

児童館のイベント

富岡児童館
◎親子ピクス
日時 9月12日(水)、午前10時
対象者 幼児親子
講師 山田久子さん
費用 無料
定員 20組(要予約)
持参する物 タオル、飲み物
申し込み・問い合わせ
富岡児童館(☎89-2024)
※電話予約可

妙義児童館

◎おはぎ作り

日時 9月22日(土)、午後2時
対象者 幼児親子・小学生
講師 児童館職員
費用 100円(3歳未満は無料)
定員 15組(要予約)
持参する物 エプロン、三角巾、マスク、ハンドタオル
申し込み・問い合わせ
妙義児童館(☎73-3038)
※電話予約可

図書館 だより

会場 おはなし室
費用 無料 申し込み 不要
問い合わせ 図書館 (☎62-1737)

☀ 定例おはなし会 ☀
日時 9月1日(土)・8日(土)・15日(土)・22日(土)・29日(土)、午後2時～2時30分

☀ 赤ちゃん向けの読み聞かせ ☀
日時 9月13日(木)、午前10時～10時30分
※マタニティの人も大歓迎です。